

## 生涯にわたる健康管理の基盤となる歯・口の健康づくりの進め方

ー共通生活習慣の指導とセルフチェック力の育成へー

愛知学院大学名誉教授 中垣晴男

25年前から始まった“80歳で自分の歯を20歯以上もとう”という、「8020運動」の調査から、80歳で20歯を保有するためには、生涯を通じて食習慣や生活習慣に気をつけることが大切で、8020は第一大臼歯が萌出を開始する時期、すなわち、学校保健から始まることがわかった。そのため8020達成ツール「歯の健康づくり得点」票が開発され、その後、幼稚園版、小学校版、中学校版、および高等学校版も開発された。生活習慣を指標にした要保護児童スクリーニング票も開発された。

健康日本21最終評価では、8020者の割合は20%目標に対して、26.8%で目標値を達成したが、12歳の一人平均齲蝕歯数減少は目標値(1.0歯)に達しなかった。これは依然西欧諸国に比べ歯は多い。歯肉炎予防のデンタルフロス使用率や定期チェック受診率も西欧諸国に比べて非常に低い。

今後の学校における歯・口の健康づくりの進め方では、共通生活習慣病リスクアプローチが重要である。すなわち、児童生徒の健康や疾病は、食生活、ストレス、清潔、自己管理能力などの生活習慣が関係していて、肥満、皮膚病、呼吸器疾患、う歯、歯周病などのいろいろな疾患は共通した発生要因で生じ、指導は異なる職種が連携して行うことが必要である。また、学校における歯・口の健康づくりは、生涯保健という立場からの視点が大切で、生活習慣のセルフチェック力育成、すなわち“Learning to be”の活動といえよう。

### <略歴>

1945年 岐阜県生まれ

1970～1983年 愛知学院大学歯学部助手・講師・助教授(口腔衛生学)

1983～2012年 愛知学院大学歯学部教授(口腔衛生学)

2001～2008年 日本口腔衛生学会理事長

2003～2007年 愛知学院大学歯科衛生専門学校校長代理

2012年 愛知学院大学名誉教授

### <著書>

「看護学生のための歯科学」(1981), 「臨床家のための口腔衛生学」(1996), 「臨床家のための社会歯科学」(1998), 「フッ化物臨床応用のサイエンス」(2002), 「生活習慣病予防・調査費づくり」(2003), 「歯のびっくりサイエンス」(2003), 「改訂5版, 臨床家のための口腔衛生学」(2012), 「歯科衛生士のための齲蝕予防処置法」(2012)、新編「基礎から学ぶ学校保健」(分担)(2014)など

### <社会活動>

European Organisation for Caries Research ORCA Board Member (2003-2005),

全国歯科衛生士教育協議会理事(2003)・副会長(2005)・参与(2007-),

全国歯科大学口腔衛生学教授協議会会長(2011-2012)、日本公衆衛生学会認定専門家(2010-)

日本学校保健学会理事・学校保健研究編集委員(2010-2013)

中日社会功労賞受賞(中日新聞)(2003)